



DHAMMAVIHĀRĪ
BUDDHIST STUDIES

Mahāsatipaṭṭhāna Sutta (1) : Sinopsis

Uddesa
(MN 10.9)

Prolog

*Evam me sutam — ekam samayam bhagavā
kurūsu viharati kammāsadhammam nāma
kurūnam nigamo.*

(Demikianlah yang telah saya dengar—pada suatu waktu Guru Agung tinggal diantara para Kuru. [Di sana terdapat] sebuah kota pasar yang bernama Kammāsadhamma).

*Tatra kho bhagavā bhikkhū āmantesi —
“bhikkhavo”ti. “bhaddante”ti te
bhikkhū bhagavato paccassosum.
bhagavā etadavoca —*

(Di sana, Guru Agung menyapa para *bhikkhu*, “Para *bhikkhu*...” *Bhikkhu-bhikkhu* tersebut menjawab Guru Agung, “Yang Mulia.” Guru Agung berkata ini: ...)

*Ekāyano ayam, bhikkhave, maggo sattānaṃ
visuddhiyā, sokaparidevānaṃ samatikkamāya
dukkhadomanassānaṃ atthaṅgamāya ñāyassa
adhigamāya nibbānassa sacchikiriyāya, yadidaṃ
cattāro satipaṭṭhānā.*

(Para *bhikkhu*, inilah jalan-tunggal untuk kesucian para makhluk, untuk *penanggulangan* kesedihan dan ratap-tangis, untuk kemusnahan rasa sakit-jasmani dan dukacita, untuk pencapaian metode yang benar, untuk *realisasi Nibbāna*, inilah yang disebut empat fondasi untuk perhatian penuh.)

Katame cattāro?

(Apakah keempatnya?)

*Idha, bhikkhave, bhikkhu kāye kāyānupassī viharati
ātāpī sampajāno satimā vineyya loke
abhijjhādomanassaṃ,*

(Di sini, para *bhikkhu*, seorang *bhikkhu*, setelah menyingkirkan nafsu ketamakan dan perasaan tidak senang di dunia, berdiam sebagai pengamat tubuh di dalam kaitannya dengan tubuh; gigih, dengan pemahaman yang jernih, berperhatian-penuh).

*Vedanāsu vedanānupassī viharati ātāpī
sampajāno satimā, vineyya loke
abhijjhādomanassaṃ,*

(Setelah menyingkirkan nafsu ketamakan dan perasaan tidak senang di dunia, berdiam sebagai pengamat perasaan-perasaan di dalam kaitannya dengan perasaan-perasaan; gigih, dengan pemahaman yang jernih, berperhatian-penuh),

*Citte cittānupassī viharati ātāpī
sampajāno satimā vineyya loke
abhijjhādomanassaṃ.*

(Setelah menyingkirkan nafsu ketamakan dan perasaan tidak senang di dunia, berdiam sebagai pengamat batin di dalam kaitannya dengan batin; gigih, dengan pemahaman yang jernih, berperhatian-penuh).

*Dhammesu dhammānupassī viharati ātāpī
sampajāno satimā vineyya loke
abhijjhādomanassaṃ. Uddeso niṭṭhito*

(Setelah menyingkirkan nafsu ketamakan dan perasaan tidak senang di dunia, berdiam sebagai pengamat *dhamma-dhamma* di dalam kaitannya dengan *dhamma-dhamma*; gigih, dengan pemahaman yang jernih, berperhatian-penuh). Sinopsis selesai.

• Akan tetapi di komentar, ini juga diajarkan: “*Satipaṭṭhāna* hanya ada satu berdasarkan ingatan dan pertemuannya dalam satu kesatuan dan ada empat berdasarkan objek (meditasinya).”

(*aṭṭhakathāyaṃ pana saraṇavasena ceva ekattasamosaraṇavasena ca ekameva satipaṭṭhānaṃ ārammaṇavasena cattāroti etadeva vuttaṃ*).

- Seperti halnya dengan mereka yang datang dari timur, setelah mengambil barang dagangan yang dihasilkan dari wilayah timur memasuki kota hanya melalui pintu-timur; demikian pula mereka yang datang melalui pintu masuk pengamatan terhadap tubuh, ...

- ... setelah mengembangkan pengamatan terhadap tubuh dalam empat belas jenis mereka “mengunjungi” *Nibbāna*, yang hanya satu-satunya, **melalui Jalan *ariya* yang lahir melalui kekuatan pengembangan-batin yang disebut pengamatan terhadap tubuh.** (*yathā pācīnato*

āgacchantā pācīnadisāya utthānakaṃ bhaṇḍaṃ gahetvā pācīnadvārena nagarameva pavisanti, evaṃ kāyānupassanāmukhena āgacchantā cuddasavidhena kāyānupassanaṃ bhāvetvā kāyānupassanābhāvanānubhāvanibbattena ariyamaggena ekaṃ nibbānameva osaranti.)

- **Apakah keempatnya?:**
ini adalah pertanyaan
yang menunjukkan
keinginan untuk
membabarkan
Dhamma.

Tiga Jenis Pengetahuan Akurat (Pariññā)

1. Pengetahuan akurat dalam hal *dhamma* yang harus diketahui (*ñāta pariññā*).

- *Nāmarūpaparicchedañāṇa*
- *Paccayapariggahañāṇa*

Tiga Jenis Pengetahuan Akurat (Pariññā)

2. Pengetahuan akurat dalam hal investigasi (*tiraṇa pariññā*).

- *Sammasana ñāṇa*
- *Udayabbaya ñāṇa*

Tiga Jenis Pengetahuan Akurat (Pariññā)

3. Pengetahuan akurat dalam hal penanggalan (*pahāna pariññā*)

- *Bhaṅgañāṇa* hingga ke *Maggañāṇa*.

- **Di sini:** di *sāsana* ini. **Para *bhikkhu*:** ini adalah sapaan untuk individu-individu yang telah menerima ajaran. **Seorang *bhikkhu*:** ini adalah contoh untuk individu yang berjuang di dalam *paṭipatti* (*bhikkhūti paṭipattisampādakapuggalanidassanametaṃ.*)

- Di dalam kaitannya dengan tubuh: sebagai (di dalam) tubuh jasmani: anggota tubuh mayor dan minor seperti rambut kepala dan lain-lain dalam arti sebagai satu kumpulan.

- **Pengamat tubuh:**
seseorang yang
memiliki sifat
merenungkan tubuh
atau mengamati tubuh

*(kāyānupassīti kāye anupassanasīlo kāyaṃ vā
anupassamāno).*

- Dan setelah mengatakan “tubuh”, pengambilan kata “tubuh” lagi untuk kedua kalinya hendaknya dipahami bahwa hal ini dilakukan demi tujuan (1) supaya tidak tercampur (dengan subjek lain) dan (2) untuk penglihatan melalui analisis pemisahan kepadatan dan lain-lain.

- Karena tidak ada pengamat yang mengamati perasaan, kesadaran atau *dhamma* di dalam tubuh tetapi yang ada hanyalah pengamat tubuh (*tena na kāye vedanānupassī vā, cittadhammānupassī vā, atha kho kāyānupassīyevāti*) •

•Oleh karenanya orang-orang zaman dahulu berkata: “*Apa yang seseorang lihat, itu tidak terlihat. Apa yang terlihat, itu dia tidak melihat. Tanpa melihatnya, seorang yang bebal terikat; dalam keadaan terikat, dia tidak bebas.*”

(tenāhu porāṇā — “yaṃ passati na taṃ diṭṭhaṃ, yaṃ diṭṭhaṃ taṃ na passati. apassaṃ bajjhate mūḷho, bajjhamāno na muccatī”ti).

•Dia mengamatinya sebagai (1) fenomena yang tidak kekal, bukan kekal; (2) *dukkha* bukan *sukha*; (3) *anatta* bukan *atta*. (4) Dia merasa jijik; bukan merasa senang; (5) nafsunya memudar, bukan melekatinya; (6) dia membuatnya lenyap, bukan memunculkannya; (7) melepaskannya, bukan mencengkeramnya. (*aniccato anupassati, no niccato. dukkhato*

anupassati, no sukhato. anattato anupassati, no attato. nibbindati, no nandati, virajjati, no rajjati, nirodheti. no samudeti, paṭinissajjati, no ādiyati).

• **Berdiam**: bersikap (*iriyati*).

Gigih: apa yang membakar kilesa di tiga kehidupan disebut semangat yang bergelora.

Semangat yang menggelora adalah nama untuk energi.

Seorang yang gigih adalah

seorang yang memiliki semangat yang menggelora. (*viharatīti iriyati. ātāpīti tīsu bhavesu*

kilese ātāpetīti ātāpo, vīriyassetam nāmaṃ. ātāpo assa atthīti ātāpī).

- Dengan pemahaman yang jernih: disertai dengan pengetahuan yang disebut pemahaman yang jernih.

(sampajānoti sampajaññasāṅkhātena ñāṇena samannāgato).

• **Berperhatian-penuh**: disertai dengan *sati* yang mengambil tubuh sebagai subjek meditasinya. *Yogī* ini mengamatinya dengan *kebijaksanaan* setelah mengambil objek dengan *sati*. Karena tidak ada yang dinamakan pengamatan tanpa *sati*. (*satimāti kāyapariggāhikāya satiyā samannāgato. ayamā*

pana yasmā satiyā ārammaṇaṃ pariggahetvā paññāya anupassati, na hi sativirahitassa anupassanā nāma atthi)

- Oleh karena itulah, dikatakan, “*Para bhikkhu, saya tegaskan bahwa sati bermanfaat di semua keadaan.*” [*tenevāha — “satiñca khvāhaṃ, bhikkhave, sabbatthikaṃ vadāmī”ti (saṃ. ni. 5.234)*].

- **Setelah menyingkirkan:**
setelah menyingkirkannya
melalui metode
*“penyingkiran melalui
dhamma yang berlawanan”*
dan *“penyingkiran melalui
pelumpuhan.”* (*tattha vineyyāti
tadaṅgavinayena vā vikkhambhanavinayena vā vinayitvā*).

- **Di dunia:** hanya di dalam tubuh ini. Oleh karena, di sini, istilah tubuh dimaksudkan sebagai *dunia* dalam arti sebagai *dhamma* yang mengalami kehancuran. (*loketi tasmiññeva kāye. kāyo hi idha lujjanapalujjanatthena lokoti adhippeto.*)

• Karena nafsu ketamakan dan perasaan tidak senang ditinggalkan tidak hanya di tubuh semata melainkan juga di perasaan dan lain-lain; maka *Vibhaṅga* mengatakan bahwa lima agregat yang menjadi objek pelekatan pun juga disebut sebagai dunia. (*yasmā pañca*

na kāyamatteyeva abhijjhādomanassaṃ pahīyati, vedanādīsopi pahīyatīyeva. tasmā pañcapi upādānakkhandhā lokoti vibhaṅge vuttaṃ.)

• Ketamakan (*abhijjhā*) =
hasrat-indriawi
(*kāmacchanda*).

• Perasaan tidak senang
(*domanassa*): pikiran
jahat (*byāpada*)

- Setelah menyingkirkan nafsu ketamakan dan perasaan tidak senang di dunia, berdiam merenungkan perasaan... kesadaran... *dhamma*... dst: hendaknya dipahami sesuai dengan yang telah dijelaskan di atas (perenungan terhadap tubuh).

- *“Siapa yang melihat suka sebagai duka; yang melihat duka sebagai sebuah duri; bukan-duka-dan bukan-suka sebagai tidak kekal; bhikkhu tersebut, yang melihat dengan benar, akan mengembara dengan penuh kedamaian” (SN 4.253)*

• Dan semua perasaan harus dilihat hanya sebagai “penderitaan.” Karena ini telah dikatakan, “*Apa pun yang dirasakan, saya katakan, semua itu ada di dalam penderitaan.*” Dan suka dan duka pun juga harus dilihat demikian. Seperti yang dikatakan “*perasaan suka...kelangsungannya adalah suka, perubahannya adalah duka.*”

[*sabbā eva cetā “dukkhā”tipi anupassitabbā. vuttañhetam — “yaṃ kiñci vedayitam, sabbam taṃ dukkhasminti vadāmī”ti (saṃ. ni. 4.259). sukhadukkhatopi ca anupassitabbā. yathāha “sukhā vedanā ṭhitisukhā vipariṇāmadukkhā”ti (ma. ni. 1.465)]*

- Berkaitan dengan kesadaran dan objek-mental, pertama-tama kesadaran harus dilihat melalui tujuh jenis perenungan...dst.

Sinopsis selesai

Uddeso nitthito

Selesai